編集・発行
社会福祉法人　永平寺町社会福祉協議会
永平寺町ボランティアセンター
永平寺町松岡吉野堺15-44 TEL(0776)61-0111

謹賀新年

あいさつは心と心の握手だよ

ボランティア情報だより

ボランパ

Volunteer Person

VOL 6

永平寺町を支える V（ボランティア）戦士

町内でボランティア活動をしている団体を紹介するコーナーです。

ハープアンサンブル L'Abri(ラブリ)

会員数　5名

活動紹介

　平成16年4月に旧松岡町の公民館講座としてハープ教室がスタートしました。その後、受講生が自主グループとして月2回、岡田明日香先生のご指導の下、レッスンを続けています。

　年1回の発表会があり、また、練習した曲を町内のデイサービスセンターやサロン等で披露しています。

私たちのココがステキ

　アイリッシュハープのやさしく癒される音色はもちろんですが、メンバーに恵まれ、楽しく活動を続けています。

サロンでの演奏

勝山　隆さん

Takashi Katsuyama

1934年3月生まれ　松岡薬師在住

現在、永平寺町民生委員児童委員（町副会長、松岡支部長）としても活躍。

　昭和44年から交通指導員として町（旧松岡町含む）の交通安全の向上に貢献。児童、生徒登校時の交通指導の傍ら、あいさつ運動を展開。

　勝山さんは、「最初は子どもたちからのあいさつは、なかなか返ってこなかった。でも、続けていくうちに子どもたちの方からあいさつしてくれるように…。また、都合で交通指導に立てなかった翌日には『昨日はどうしたの？』って心配してくれるほどになりましてね。もう止められなくなっちゃって…。40年、経っちゃいました。」とほほ笑む。

　当時、小学生だった子どもが大人になった現在でも、勝山さんをみれば、あいさつをかけてくるという。

　今年の３月をもって勝山さんは交通指導員を引退される。

　長い間、ご苦労様でした。ありがとうございました。

編集後記

表紙の標語「あいさつは心と心の握手だよ」

　これは、以前、岐阜県に旅行に行った際、道路の看板に掲げてあったものです。

　良い標語だったもので、思わず携帯電話のシャッターをきりました。

　“あいさつ”の重要性は今更いうまでもありませんが、ちなみに次の“あいさつ”が今年の私の目標（心がけていること）です。

「あ」かるい声で
「い」きいきと話そう
「さ」わやかな態度が
「つ」きを呼ぶ

今年も明るく元気にがんばります！ ^^
どうぞ よろしくお願いします

光 YUJI

永平寺町ボランティアセンターはココです！

万一、落丁・乱丁などの不良品がございましたら、事務局までご連絡下さい。良品とお取り替えいたします。

全ては「心のふれあい」のために…。

坪川 多恵子 氏

プロフィール
195△年生まれ。永平寺地区諏訪間在住。仁愛短期大学を勤続後、音楽療法活動を中心に町内や近隣地域でボランティア活動に尽力。

ボランティア活動（音楽療法活動等）を始めたきっかけは？

私が在職中に音楽療法を学生に教えていました。また、福井市内の公民館で音楽を使った遊びの講座に携わっていました。退職後も自然と音楽療法の活動を続けています。このように今の活動につながっていったのは、若い頃、家族に「お金をもらう仕事」と「お金をもらわない仕事」を持つように教えられていたからです。これが私の活動にきっかけです。

活動の魅力は？

活動していての魅力は、多くの人に出会えることだと思います。年齢や性別にとらわれることなく、多くの人に出会うことで『生きるヒント』を見つけることができます。この『生きるヒント』を見つけていくことで、自分自身の豊かさに出会えることができています。

活動していてよかったと思える時は？

多くの笑顔に出会えて、「フッと心が通い合えた瞬間」だと思います。いろんな場所で活動していますが、どの参加者も最初は表情が固いものです。それでも時間や回数を重ねていくにつれて表情が柔らかくなっていきますし、私自身も参加者と少しずつ打ち解けていくことができています。こうして、参加者の心と私の心が一体となったと感じた時が活動していてよかったと思える瞬間です。

活動をしていて大変だったことは？

いざ、大変だったことを聞かれると思いつきません。あるとすれば、どの様な内容が参加者に喜んでもらえるかを考えることで悩むことでしょうか。しかし、これも楽しみの一つだと思っています。

活動を通して何か得た物はありますか？

私の場合は「幸せ」だと思います。活動するためには周囲の人の協力や理解が必要ですし、参加者が心と私の心が一体となることも大切です。そのすべての人に「ありがとう（感謝）」の思いを持っています。これらを積み重ねていくことが私の幸せになっていきます。

活動を続けられるヒケツは？

一言でいうと「ふれあえる楽しさ」です。日々、いろんな活動をしていますが、楽しく感じているのでずっと健康でいられます。

あなたにとってのボランティアとは？

私の場合、「夢と幸せを与えてくれるもの」であり、「おばあちゃんになるまでに掲げたい夢と幸せ」でもあります。漠然としたものですが、「生きがい」とは少し違います。

これからボランティアをはじめようとする方にメッセージを

せっかく、同じ時代にある「命」ですからみんなで楽しみましょう。

出前演奏承ります

坪川さんが所属している音楽グループ「未来」では依頼いただければ、永平寺町内各地のどこでも出前演奏を行います。一つ一つの公演が皆様の心に残るものとなるよう、音楽のジャンルはご要望に応じます。演奏を希望される方は遠慮なくご用命ください。ご要望に応じた最高の演奏にするために希望日の2～3ヶ月前にお申込みください。

問い合わせ先
永平寺町ボランティアセンター
TEL61・0111
FAX61・1797
黒田・小林まで

減災のための家具固定ボランティア養成講座

10月24日(土)、松岡福祉総合センターで開催。

防災に対する意識を高め災害に備える

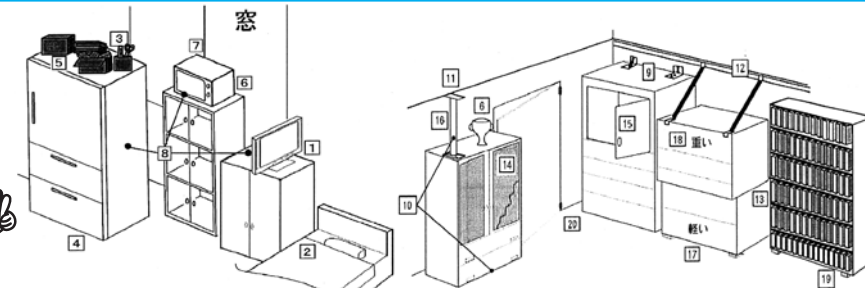
家具転倒防止の啓発に取り組んでいるNPO法人ふくふくネットの谷口公啓氏を講師に迎え、家具を固定する方法など減災のための基本的な知識や技術について学びました。

地震による人的被害の中でも、「家具類の転倒や落下物」による負傷者は、五割近くを占めています。これを防ぐには、地域住民が防災に対する意識を高め、家具転倒を減らしていくことが大切です。この受講修了者17名のうち6名の方は、実際に12月下旬より実施している「減災のための家具固定事業」のボランティアとして、自身で家具を固定することが困難な一人暮らし高齢者宅等に出向き、減災活動を町内各地で取り組んでいます。

飛散防止フィルム貼り体験

みなさんのご自宅は大丈夫?

家庭用家具・家電製品転倒

落下防止チェック表

(イラストは悪い例を示しています。)

- □ テレビを壁またはテレビ台に固定するとともに、テレビ台も固定している。
- □ テレビが転倒・落下しても、人に当たったり、避難障害にならない所に置いている。
- □ 冷蔵庫を、ベルトなどで壁と連結している。
- □ 冷蔵庫が移動しても、避難障害にならない場所に設置している。
- □ 冷蔵庫や家具類の上に、落下しやすいものを置いていない。
- □ 電子レンジをレンジ台などに固定するとともに、レンジ台も固定している。
- □ 窓ガラスの近くに、大型の家電製品や家具を置いていない。
- □ 家電製品は、付属している取扱説明書に従って転倒・落下防止対策を行っている。
- □ L型金具を使用する場合は、壁内の間柱など、強度がある部分に固定している。
- □ ポール式を使用する場合は、ストッパー式やマット式と併用している。
- □ ポール式を使用する際、天井に強度がない場合は、当て板で補強している。
- □ 石膏ボードに接着されているだけの鴨居の場合は、補強した上で、転倒防止器具を取り付けている。
- □ 上下に分かれている家具は、上下を連結している。
- □ ガラスにはフィルムを貼るなど、飛散防止をしている。
- □ 収納物が飛び出さないよう、扉に開放防止器具を付けている。
- □ ポール式は、できるだけ奥に取り付けている。
- □ ストッパー式は、家具の端から端まで敷いている。
- □ 重いものを、できるだけ下に収納している。
- □ 固定に用いる器具は、家具類の重さや形状に応じて選んだ。
- □ 家具が転倒しても、避難路を塞がない置き方をしている。

知識から知恵に ～楽しい防災いろいろ　－発信型イツモ減災

地震イツモプロジェクト編「地震イツモノート」(木楽舎　渥美公秀監修)という本を紹介します。

この本はタイトルにもある「イツモ」ガキーワードです。これは常に防災を考えて欲しいということではなく、日頃(イツモ)やっていることが防災につながるという意味です。

「イツモ」について難しい文章が書いてあるのではありません。実はこの本は素敵なイラストが満載されたちょっぴりオシャレな本です。地震が起きた瞬間から将来への希望までを時間を追って進む内容ですが、どこから読まれても構いませんし、どのページにも防災の知恵が含まれています。ボラセンでも貸し出していますので、一度手にとってご覧ください。

地震イツモノート
阪神・淡路大震災の被害者167人にきいたキモチの防災マニュアル
地震イツモプロジェクト編
監修：渥美公秀／イラスト：寄藤文平
変形A5判　156頁/2007年発売
木楽舎刊

自分への挑戦!「シニアチャレンジ塾」

高齢で現役を引退したことにより、健康であるにもかかわらず生きがいを失い、社会活動に疎遠になったり、寝たきり高齢者の予備軍となる高齢者が増えています。

永平寺町社協では、高齢者自身が自らの特技を活かして「教える生きがい」を、また、第２の人生においての「学ぶ生きがい」を見つけるため自らが挑戦する場の提供を計画しています。

そこで、今回は塾生を募集いたします。

塾生大募集!

『カラオケ』

カラオケを楽しみながら健康増進を図りましょう。みんなで和気あいあいとした時間を送りましょう。

塾　長　西　フジオ　氏
日　時　2月23日より、毎月第2、4火曜日
　　　　13：00　～　15：30
場　所　松岡福祉総合センター「翠荘」
対　象　概ね60歳以上の方

『茶道』

ゆったりとしたひとときを

お茶をとおして季節の移らいを楽しみます。思いやりや優しさ等に出会える時間を分かちあいましょう。

塾　長　北尾　涼子　氏
日　時　毎月第2、第4火曜日
　　　　13時30分～15時
場　所　松岡福祉総合センター「翠荘」
対　象　概ね60歳以上の方
参加費　月額　1,000円(お茶、菓子代他)

併せて、塾長も募集しています!

お申し込み・お問い合わせ　永平寺町社協　松岡支所　TEL 61-0111

これからの人も、ステップアップの人も……
熱く勉強しています。

ボランティアリーダー研修会

平成21年10月22日(木)　松岡福祉総合センター

福井県立大学看護福祉学部の大利一雄教授を講師としてお迎えし、ボランティア団体・ＮＰＯのリーダーや次期リーダー等を対象に開催しました。活動の牽引役として求められるリーダーシップについての知識・技術についてユーモアあふれる大利教授の指導の下、和気あいあいと学びました。

聴き心ボランティア養成講座(全2回)

平成21年10月30日(金)
平成22年　1月29日(金)　**松岡福祉総合センター**

傾聴ボランティア活動に関心のある方等を対象に第１回目の講座が開催されました。講師に福井県立大学看護福祉学部の日根野建准教授をお迎えし、「聴くこと」についての基本を学びました。現在、学んだことを使いながら、町内のデイサービスにて利用者の人生物語を聴き取っています。この聴き取った内容を踏まえ、第２回目の講座が開催されました。

福祉レクリエーションボランティア講座

平成21年11月21日(土)
松岡福祉総合センター

福祉レクリエーションボランティアに関心のある方を対象に開催されました。この講座では、福祉レクリエーションの役割や基本的な進行方法を実際に体験しながら学びました。

ボランティア大募集

みなさんの力で映画会を盛り上げよう！
チャリティ映画会当日運営スタッフ大募集!!

永平寺町社協では映画を鑑賞することで、地域社会の連帯感を高めるとともに、収益金をボランティア活動の促進に活用することを目的に『チャリティ映画会』を開催いたします。この映画会の運営にお力添えいただける方を大募集しています。

日時　平成22年**3月7日（日曜日）**
　　9時～17時頃まで
　　※午前のみ、午後のみの方も大歓迎いたします。
場所　上志比文化会館サンサンホール
内容　会場案内、交通整理等当日運営スタッフ

お問い合わせ
　永平寺町社会福祉協議会　松岡支所
　TEL　61-0111　　FAX　61-1797

レクリエーションボランティア募集

和やかに過ごされている入居者とレクリエーションを一緒に楽しんでくれるボランティアを募集しています。

場　所　上志比ひかり苑　永平寺町山王7－30
活動日　月・水・金
時　間　9時30分から16時の中で応相談
お問い合わせ先　上志比ひかり苑　　TEL64－3500

地域の仲間と地域で楽しむ!
大月そば会

上志比地区の大月区にはそば打ちを得意にしている区民が集まって構成された「そば会」があります。昨年の11月、今回実りの秋を迎え、会員の畑で育てたそばの実を収穫しました。収穫されたそばの実は製粉、手打ちし、会員みんなで手打ちそばを堪能しました。また、大月そば会では、サロンやデイサービスセンター等でも手打ちそばの振る舞いをしています。